

# RETRouver LE GOÛT DE VIVRE

## Après la disparition de l'être aimé

Chemin de guérison  
avec le Sage  
et la Nature

Michel CORDEBOEUF

Préface de Marc VELLA

## L'épreuve

Il est séparé de la femme aimée.  
Leur histoire ne racontera plus rien.  
  
Elle a tout emporté.



L'Homme marche, noyé dans les larmes, fantôme qui gesticule dans une incontrôlable souffrance.

Il se perd en forêt et à bout de forces, s'assoit sur une souche moussue.

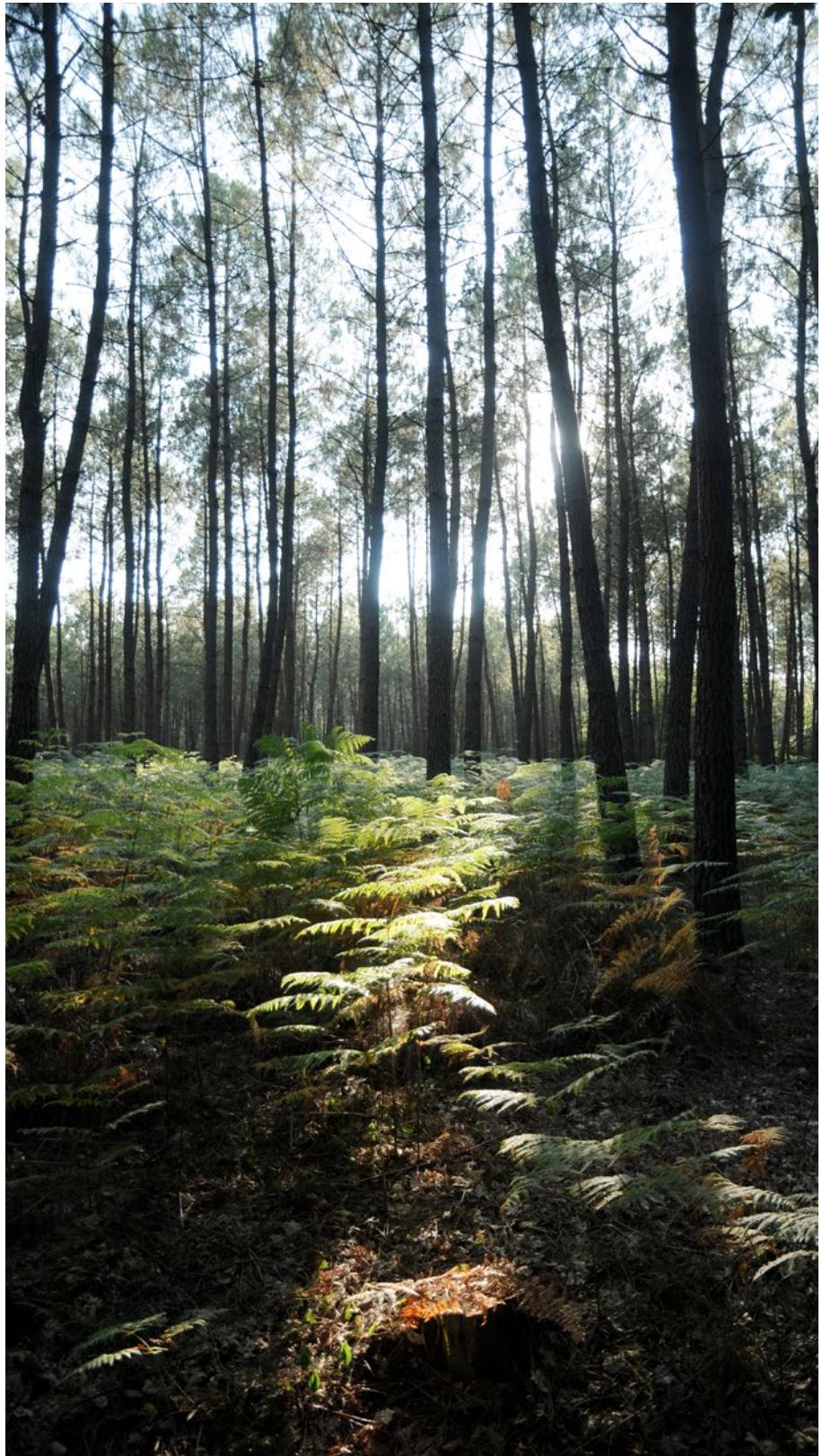
Il ouvre son carnet.



*On ne sait jamais quand arrive l'amour. Je revois cette image que j'ai cueillie de toi. Adossée à un arbre, tu écoutais l'automne. Je m'étais approché, les oiseaux répondaient à l'instant. J'ai pris ta main. J'étais heureux.*

*J'aimais te regarder sourire, courir, dormir. J'aimais te regarder vivre. J'aimais cette attention que tu portais à ma présence, parfois discrète, presqu'invisible, parfois éclatante.*

*L'amour est devenu chagrin. Le temps a passé emportant mes rêves qui ne rêvaient plus.*



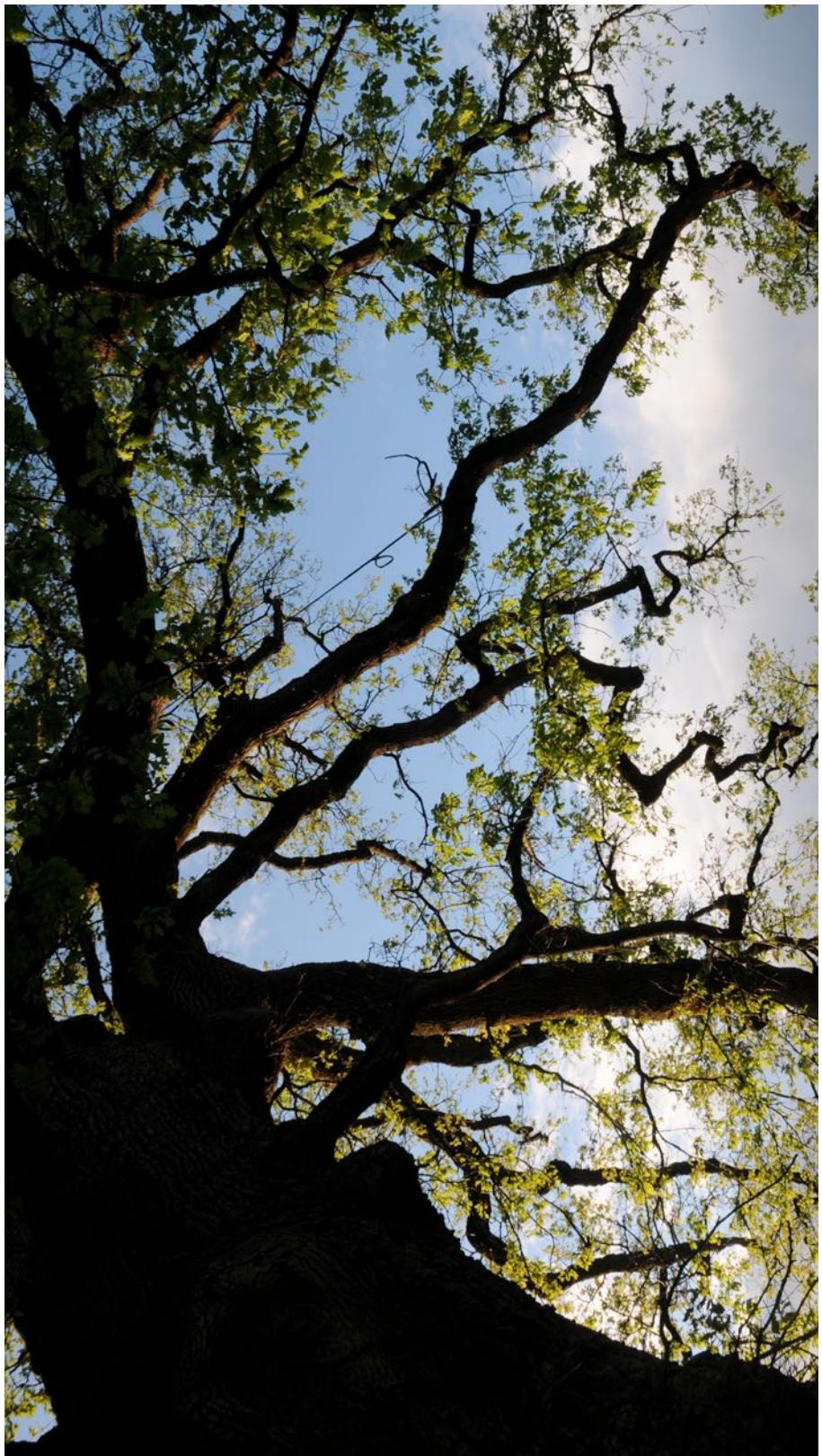
Que faire ? L'Homme a froid, très froid.

Il est tiré de sa torpeur par une voix solennelle.

Surpris, il regarde autour de lui, mais ne voit personne.



Qu'allez-vous faire de votre vie maintenant ? Un désert ou une oasis ? Vous complaire dans le chagrin ou renaître avec la chance de grandir ? Ne laissez-pas le passé vous anéantir. Éclairez vos tourments, pansez les blessures de l'abandon, elles s'apaiseront par l'acceptation de ce qui n'est plus. Les barrières édifiées par la peur engendrent de fausses réalités qui, une fois identifiées, perdent leur pouvoir dévastateur. Votre mental se régale de vos culbutes. Assujetti à vos chaînes et à vos peines, vous ignorez l'éclat des saisons... Restez humble devant la nature. Appréciez les présents qu'elle vous offre. Ils délivrent un message même si leur sens ne vous apparaît pas immédiatement. Voyagez au fond de vous, engagez-vous sur la voie vraie de la paix intérieure. Derrière cette absence, se cache un avenir. De nouvelles respirations effaceront la mélancolie d'hier. La force qui est en vous grandira sur les terres de la confiance et vous verrez s'effriter les noirceurs et les doutes. Aujourd'hui, si vous formuliez un rêve pour vous-même, quel serait-il ?



## Le sens





*Rencontres sur le chemin.*

*Paroles et sourires complices de l'instant.*

*Errer à la rencontre du féerique ou sur les traces des légendes rustiques, parcourir la lande à la recherche de fantômes faquins, se complaire dans l'immensité des montagnes ou l'infini de la mer.*

*Ressentir la chaleur inattendue, inespérée. Des inconnus deviennent des amis. La présence de nouveaux visages initie des pages insoupçonnées. Des bulles de sérénité voyagent bien au-delà de l'instant.*

*La différence est une chance.*

*Là où le respect et l'écoute font œuvre, chacun est libre de choisir sa façon d'être. Il suffit d'ouvrir son cœur.*

## Guérir et grandir

Poésie sur le carnet.



*Un vent intérieur me rappelle que c'est en moi  
que se trouve la liberté, la chance d'être là, vivant  
et léger.*

En écho la voix répond.



*Soyez dans l'être plutôt que dans le faire.*

*Méditez, marchez, chantez, écrivez...*

*Que chaque acte soit un jaillissement spontané.*

*Éveillez-vous en pleine conscience.*

*Faites de chaque jour un cadeau !*



## Le mot de l'auteur-photographe

Le passant-lecteur parcourra ces pages au gré de son envie.

J'ai eu la chance de grappiller toutes ces images dans leur lumière naturelle et de laisser les mots s'allier à elles. Cadeaux pour soi et à partager avec l'autre. Accueillir la vérité des êtres et de la nature comme une évidence divine, sans tricher.

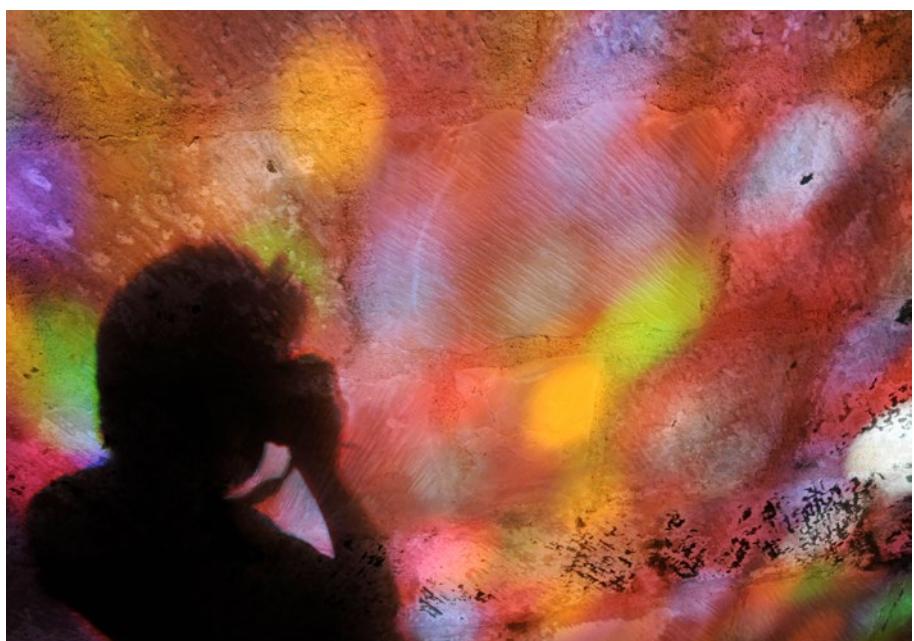
Chaque être est libre et se réalise dans la richesse de la différence.

Tout est si beau à portée de nos doigts et de nos cœurs qu'il n'y a rien à falsifier ni à tronquer.

Je dédie ces présents à chacun d'entre vous pour rendre la vie chantante, légère, joyeuse, élégante, somptueuse.

Les plus beaux messages sont universels et comme dit Marc Vella :

« Il n'y a rien à guérir, il y a tout à bénir ! »



# RETRouver LE GOÛT DE VIVRE

**Pour les chagrins d'amour, l'une des médications les plus appropriées serait assurément de lire le livre de Michel Cordeboeuf *Retrouver le goût de vivre*.**

**L'écrivain-photographe nous le dit et nous le montre : *L'horizon semble éloigné alors qu'il ne fait que vous inviter. Tomber est humain, se relever est une victoire.***

***Marc Vella « Le pianiste nomade »***

Un homme déambule. Il prend des notes et des photos.

Sa mélancolie révèle vite une blessure, liée au deuil de celle qu'il tant aimé !...

Puis il entre en dialogue avec un Sage et la Nature, et son errance devient progressivement un chemin de paix et de guérison. Ses pensées s'allègent et ses clichés traduisent cette belle évolution. Les ombres du début se transforment et s'enluminent, le long d'un chemin qui s'achève en un vitrail de couleurs !

Michel Cordeboeuf signe ici un magnifique ouvrage-cadeau, beau, contemplatif, poétique, et salutaire.



Auteur de spectacles de chansons, interprète, écrivain, journaliste littéraire, animateur d'ateliers de création théâtrale et d'écriture, **Michel Cordeboeuf** est un grand homme de culture dont la chaleureuse présence rayonne dans toute la région poitevine et au-delà. Il ponctue aussi ses nombreuses promenades de photographies poétiques qu'il exerce en amateur averti.



9 782487 001237

[www.lesouvreursdemondes.com](http://www.lesouvreursdemondes.com)

19,90 €  
ISBN 978-2-487001-23-7